



WomensHealth.gov

1-800-994-9662

TDD: 1-888-220-5446

## Síndrome del Ovario Poliquístico (SOP)

**P: ¿Qué es el Síndrome del Ovario Poliquístico (SOP)?**

**R:** El SOP (PCOS por sus siglas en inglés) es un problema de salud que puede afectar el ciclo menstrual, la fertilidad, las hormonas, la producción de insulina, el corazón, las vías sanguíneas y la apariencia física. Las mujeres que sufren del SOP tienen estas características:

- Altos niveles de hormonas llamadas andrógenas
- Un ciclo menstrual irregular
- Pueden tener varios quistes en los ovarios. Quistes son pequeños sacos llenos de líquido.

El SOP es el problema hormonal reproductivo más común que las mujeres en edad fértil experimentan.

**P: ¿Cuántas mujeres sufren del Síndrome del Ovario Poliquístico (SOP)?**

**R:** Un estimado de cinco a 10 por ciento de las mujeres en edad fértil sufren del SOP.

**P: ¿Cuál es la causa del Síndrome del Ovario Poliquístico (SOP)?**

**R:** Nadie sabe la causa exacta del SOP. Con frecuencia las mujeres que sufren del SOP tienen una madre o hermana que también padece de esta condición. Aún no hay evidencia suficiente como para decir que hay una conexión genética a esta condición. Muchas de

las mujeres que sufren del SOP tienen sobre peso. Investigadores están estudiando la relación entre el SOP y la habilidad del organismo de producir la insulina. La insulina es una hormona que regula el cambio del azúcar, los almidones, y otros tipos de comida a energía para el uso inmediato del organismo o para guardarlo como reserva. A veces algunas mujeres que sufren del SOP producen mucha insulina. Es posible que los ovarios reaccionan produciendo demasiadas hormonas masculinas llamadas andrógenas. Este proceso puede resultar en acné, vellos excesivos, aumento de peso y problemas con la ovulación.

**P: ¿Por qué las mujeres que sufren del Síndrome del Ovario Poliquístico (SOP) tienen problemas con su ciclo menstrual?**

**R:** Los ovarios son dos órganos pequeños, uno a cada lado del útero de la mujer. Los ovarios de una mujer tienen folículos (sacos pequeños llenos de líquido) que sostienen a los óvulos. Estos sacos también se llaman quistes. Cada mes 20 óvulos empiezan a madurar pero generalmente solo uno domina. A medida que crece el óvulo uno de los folículos se abre y deja que el óvulo salga y baje por los tubos de Falopio para ser fertilizado. Empieza la ovulación cuando el óvulo sale del folículo.

En el caso de las mujeres que padecen del SOP, los ovarios no producen todas las hormonas requeridas para que el óvulo madure totalmente. Puede que empiecen a crecer y acumular líquido, pero ninguno de los óvulos crece lo suficiente y se quedan como quistes. Como el óvulo no crece ni sale del



WomensHealth.gov

1-800-994-9662

TDD: 1-888-220-5446

folículo la ovulación no empieza lo cual causa que la hormona progesterona no sea fabricada. Sin progesterona, el ciclo menstrual de una mujer puede ser irregular o incluso ausente. Los quistes también producen hormonas masculinas lo cual continúa a prevenir la ovulación.

**P: ¿Cuales son los síntomas del Síndrome del Ovario Poliquístico (SOP)?**

**R:** Estos son algunos de los síntomas del SOP:

- Periodos menstruales infrecuentes, ausentes, y/o sangrado irregular
- Infertilidad o inhabilidad de quedar embarazada por falta de ovulación.
- Aumento en el crecimiento de vellos en la cara, pecho, estomago, espalda, dedo pulgar, o en los dedos de los pies.
- Acné, piel grasosa, o caspa
- Dolor abdominal
- Aumento de peso u obesidad, generalmente alrededor de la cintura
- Diabetes tipo 2
- Colesterol alto
- Alta presión arterial
- Calvicie de patrón masculino o perdida de pelo
- Manchas espesas y café oscuras o negras en la piel del cuello, los brazos, el pecho, o los muslos.
- Pequeños excesos de piel alrededor de las axilas y el cuello.
- Apnea del sueño- ronquidos excesivos y paros de respiración durante el sueño.

**P: ¿Cuales exámenes son utilizados para diagnosticar el Síndrome del Ovario Poliquístico (SOP)?**

**R:** No hay un examen específico para diagnosticar el SOP. Su doctor tomará su historial médico, realizará un examen físico—posiblemente incluyendo un ultrasonido, chequeo de niveles hormonales, y medida de glucosa, o niveles de azúcar en la sangre. Si esta produciendo demasiadas hormonas masculinas, el doctor le hará más exámenes para asegurarse de los resultados. El médico evaluará las áreas de crecimiento excesivo de vellos, así que trate de dejar que los vellos crezcan por lo menos cuatro días antes de su visita. Durante el examen pélvico, los ovarios pueden estar agrandados o hinchados por el aumento de quistes pequeños. Esto puede ser examinado fácilmente por un ultrasonido vaginal para examinar los ovarios y el endometrio. El endometrio es el tejido de revestimiento del útero. El tejido de revestimiento del útero puede volverse grueso si no hay un periodo regular.

**P: ¿Cómo se trata el Síndrome del Ovario Poliquístico (SOP)?**

**R:** A medida de que no hay una cura para el SOP, es necesario que sea controlado para prevenir problemas. Los tratamientos son basados en varios factores que incluyen los síntomas de cada paciente y toman en consideración si la paciente quiere concebir o necesita anticonceptivos. Abajo encontrará las descripciones de los tratamientos utilizados para controlar el SOP.

**Pastillas anticonceptivas.** Para las mujeres que no quieren quedar embarazadas, las pastillas anticoncepti-



WomensHealth.gov

1-800-994-9662

TDD: 1-888-220-5446

vas pueden regular su ciclo menstrual, reducir los niveles de hormonas masculinas, y ayudar con el acné. Sin embargo, las pastillas anticonceptivas no curan el SOP. El ciclo menstrual se volverá anormal al dejar de tomar las pastillas. Puede ser que algunas mujeres decidan tomar pastillas anticonceptivas que solo contienen progesterona, como Provera, para regular su ciclo menstrual y prevenir problemas endometriales. Pero este tipo de pastillas no ayudará a reducir el acné ni el crecimiento excesivo de vellos.

**Medicamentos para la diabetes.** La medicina, Metformin, también llamada Glucophage, es utilizada para el tratamiento de la diabetes tipo 2, también ayuda con los síntomas del SOP. Metformin afecta la forma en que la insulina regula la glucosa y disminuye la producción de testosterona. Reducirá el crecimiento de vellos y puede que la ovulación se regularice después de unos meses de uso. Estos medicamentos no causarán la diabetes.

**Medicamentos para la fertilidad.** El problema principal con la fertilidad en las mujeres con SOP es la ausencia de ovulación. Por esto, una cuenta de la esperma del esposo debería realizarse y las trompas de Falopio también chequeadas para asegurarse de que están abiertas antes de empezar con medicamentos para la fertilidad. Clomiphene (píldoras) y Gonadotropins (inyecciones) pueden ser utilizadas para estimular los ovarios. Las pacientes que sufren del SOP corren un alto riesgo de embarazos múltiples (gemelos, trillizos, etc.) al usar estos medicamentos. Fertilización In Vitro (IVF por sus siglas en inglés) es recomendado para evitar un embarazo de trillizos u otros

embarazos múltiples. El Metformin se puede tomar con medicamentos de fertilidad y esto ayuda a que las mujeres con el SOP puedan ovular con dosis bajas de medicamentos.

**Medicamentos para el crecimiento incrementado de vellos u hormonas masculinas extras.** Si una mujer no esta tratando de quedar embarazada hay algunas medicinas que le pueden ayudar a reducir el crecimiento del pelo.

Spirolactone es una medicina para la presión arterial que ha demostrado disminuir las hormonas masculinas y su efecto en el pelo. Propecia, una medicina tomada por hombres para la perdida del pelo, es otra medicina que bloquea este efecto. Ambas de estas medicinas pueden afectar el desarrollo de un feto varón y no deberían ser tomados si hay un posible embarazo. Otros tratamientos no médicos tales como la electrólisis o removimiento de pelo por medio de láser son efectivos para deshacerse del pelo. Una mujer con SOP también puede tomar un tratamiento hormonal para controlar el crecimiento de vellos.

**Cirugía.** Aunque no se recomienda como una forma inicial de tratamiento, la cirugía llamada, perforación ovárico también esta disponible para inducir la ovulación. El doctor hace una pequeña incisión arriba o de bajo del ombligo, e inserta un instrumento que sirve como un telescopio en el abdomen. Esto se llama laparoscopia. Luego, el doctor perfora el ovario con un alfiler cargado con una corriente eléctrica para destruir una pequeña parte del ovario. Este procedimiento lleva riesgo de desarrollar una cicatriz sobre el ovario. La cirugía puede bajar el nivel de hormonas masculinas y ayudar con la ovulación. Estos efectos durarán sólo unos pocos meses.



WomensHealth.gov

1-800-994-9662

TDD: 1-888-220-5446

Este tratamiento no ayuda a aumentar el crecimiento de cabello.

**Un Peso Saludable.** Manteniendo un peso saludable es otra forma por la cual las mujeres pueden ayudar a manejar el SOP. Puesto que la obesidad es común entre las mujeres que sufren del SOP, una dieta sana y actividad física ayudarán a mantener un peso sano. Mantener un peso sano le ayudará a bajar los niveles de la glucosa en el cuerpo y puede ayudar a restaurar un período normal. Un peso saludable también ayudará al organismo a utilizar la insulina eficientemente. La pérdida del 10% de su peso puede ayudar a regularizar su ciclo menstrual.

**P: ¿Cómo afecta el Síndrome del Ovario Poliquístico a la mujer durante el embarazo?**

**R:** Aparece haber un índice más alto de abortos espontáneos, diabetes gestacional, hipertensión durante el embarazo, y nacimientos prematuros en las mujeres con el SOP. Investigadores están estudiando como la medicina, *Metformin*, previene o reduce el riesgo de tener estos problemas durante el embarazo. Los investigadores también están estudiando como los medicamentos bajan los niveles de la hormona masculina y limita el aumento de peso en las mujeres que son obesas durante el embarazo.

Nadie sabe todavía si *Metformin* es saludable para las mujeres embarazadas. Los doctores advierten que el bebé podría ser afectado por la droga a causa de que la medicina se introduce a la placenta a través de la sangre. La investigación no se ha completado todavía.

**P: ¿Causa otras condiciones el Síndrome del Ovario Poliquístico en las mujeres?**

**R:** Mujeres con el SOP también pueden tener un mayor riesgo de desarrollar otras condiciones. Períodos menstruales irregulares y la ausencia de ovulación causan que las mujeres produzcan la hormona estrógeno, pero no la hormona progesterona. Sin la progesterona que causa que el endometrium se elimine cada mes como un periodo menstrual, el endometrium se hace denso y esto puede causar un sangrado pesado y un sangrado irregular. Eventualmente, esto puede causar la hiperplasia endometrial o el cáncer. Mujeres con el SOP también tienen un mayor riesgo de desarrollar la diabetes, el colesterol alto, hipertensión y enfermedades cardiacas. Controlando los síntomas a una edad temprana puede ayudar a reducir estos riesgos.

**P: ¿Cambia con la menopausia el Síndrome del Ovario Poliquístico?**

**R:** Investigadores están estudiando cómo los niveles de la hormona masculina cambian durante el envejecimiento de las mujeres con el SOP. Piensan que cuando las mujeres llegan a la menopausia, la función de los ovarios cambia y el ciclo menstrual puede regularizarse. Pero aunque los niveles de la hormona masculina bajen, el crecimiento excesivo de vellos continuará y la calvicie de patrón masculino o pérdida de cabello continuará. ■



WomensHealth.gov

1-800-994-9662

TDD: 1-888-220-5446

## Para obtener más información...

Para obtener más información, comuníquese con el Centro Nacional de Información sobre la Salud de la Mujer 1-800-994-9662 ó las organizaciones siguientes:

### **Instituto Nacional de Salud Infantil y Desarrollo Humano**

Número de Teléfono: (800) 370-2943

Sitio de Internet:

<http://www.nichd.nih.gov>

### **Cónsul Internacional sobre la Difusión de la Información sobre la Infertilidad, Inc. (INCIID)**

Número de Teléfono: (703) 379-9178

Sitio de Internet: <http://www.inciid.org>

### **Asociación Americana de Endocrinólogos Clínicos (AACE)**

Número de Teléfono: (904) 353-7878

Sitio de Internet: <http://www.aace.com>

### **Asociación del Síndrome del Ovario Poliquístico, Inc. (PCOSA)**

Número de Teléfono: (877) 775-7267

Sitio de Internet:

<http://www.pcosupport.org>

### **Sociedad Americana para la Medicina Reproductiva (ASRM)**

Número de Teléfono: (205) 978-5000

Sitio de Internet: <http://www.asrm.org>

### **La Fundación de la Hormona**

Número de Teléfono: (800) 467-6663

Sitio de Internet:

<http://www.hormone.org>

### **Centro para la Ciencia Reproductiva Aplicada (CARS)**

Número de Teléfono: (423) 461-8880

Sitio de Internet: <http://www.ivf-et.com>

*Este folleto fue revisado por Nancy Durso, MD, PC, Centro Metro para el Cuidado de la Fertilidad.*

Información actualizada en agosto 2005